

Программа акробатической студии "Крепыш" для детей 4-7 лет

Автор
Н.В.Братенёва
инструктор по
физической культуре
МДОУ ЦРР д/с №28
«Красная Шапочка»



г.Новоалександровск

Рецензия
на авторскую программу занятий акробатической студии «Крепыш»
инструктора по физической культуре
МДОУ ЦРР д/с №28 «Красная Шапочка»
Братенёвой Н.В.


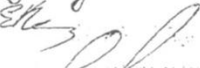
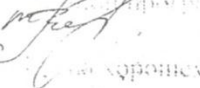
Авторская программа Братенёвой Н.В. Представляет собой курс физического развития детей 4-7 лет на основе комплексного подбора элементов гимнастики, акробатики, базовой аэробики и танцев. Программа позволяет эффективно решать самые актуальных задач современного образования — формирование здорового образа жизни дошкольников и сокращение уровня детской заболеваемости.


Программа имеет четкую структуру, которая включает в себя пояснительную записку, учебно-тематическое планирование, методические рекомендации, тесты, контрольные материалы, диагностики показателей физического развития детей средней, старшей и подготовительной групп. В систему занятий заложены технологии оздоровления, воспитания и образования дошкольников. Следует отметить, что особенностью программы являются эффективность, доступность, простота реализации и экономичность.

Содержание и дидактическое обеспечение соответствует поставленным целям и задачам разработанной программы, что обеспечивает ее успешное усвоение.

Программа разработана на хорошем профессиональном уровне и может быть рекомендована к внедрению в практику других дошкольных образовательных учреждений района.

Экспертная группа:

1.  Н.В. Антонова
2.  Е.Н. Камалова
3.  Д.А. Перевирзева

Заместитель председателя  Г.Р. Кошина
Протокол № 2 от 25.12.2012 г. заседание экспертно-методического совета ОО АННП



Пояснительная записка.

Проблемы развития физической культуры детей, начиная с раннего возраста, в наше время стоит достаточно остро.

Увлёкшись интеллектуальным развитием дошкольников, педагоги и родители отодвинули физическое воспитание на задний план и физическая готовность ребёнка к школе, как правило, даже не обсуждается. Статистика подтверждает:

- каждый ребёнок дошкольного возраста болеет в течение года более четырёх раз;
- из 10-ти детей, идущих в первый класс только один является практически здоровым;
- за годы обучения в школе в четыре раза увеличивается количество нарушений психического здоровья;
- 80 % юношей призывного возраста по медицинским показаниям не пригодны к воинской службе;
- только 30 % современных старшеклассников в состоянии выполнять третью ступень нормативов ГТО, с которой легко справлялись, будучи юными их родители.

Согласно исследованию специалистов, до 75 % болезней взрослого человека заложено в возрасте до 5 лет, таким образом, насколько здоров ребёнок в этом возрасте, настолько здорово в будущем всё общество. С целью профессионального решения задачи по оздоровлению детей данного возраста создана эта программа, позволяющая эффективно решать проблемы физического развития детей стартового периода жизни и отвечающая следующим требованиям:

- эффективность
- доступность
- простота реализации
- экономичность

Особенности программы:

- Эффективность. Программа позволяет методами общей гимнастики эффективно развивать детей стартового периода жизни, когда за короткий срок они добиваются ощутимых результатов. Например, для освоения простейших гимнастических элементов детям 4-5-ти лет требуется 2-3 месяца, 10-ти лет требуется 1,5 – 2 года, в 16 лет требуется 3 года при занятиях 2 раза в неделю по 30 минут.
- Доступность. Программа позволяет каждому ребёнку, независимо от «количества здоровья», под которым предусматривается уровень функциональных возможностей (резервов) организма, успешно заниматься физической культурой и спортом.
- Простота реализации. Программа позволяет проводить занятия спортивно-оздоровительной гимнастикой в помещении детского сада, в спортивных залах, а также летом на открытом воздухе.
- Экономичность. Для проведения занятий не требуется специальное, дорогостоящее оборудование. Занятия возможны на уже имеющейся базе ДОУ.

Принципиальная отличительная особенность и ярко выраженный оздоровительный характер программы заключается в том, что тренер-инструктор рассматривает и оценивает результат своей деятельности, ставит задачи и принимает решения, руководствуясь прежде всего не тем, в каком объёме, количестве и виде, и за какое время

произошло усвоение учебного материала (т.е. не сколько выполнено и разучено физических упражнений, сколько пробежали, сыграли, какие нормативы выполнили и сколько удачных попаданий было в кольцо, ворота и т.д., как далеко был брошен мешочек с песком и как было весело при всём при этом), а в первую очередь тем, насколько оптимально произошли физиологические сдвиги в организме каждого ребёнка под воздействием каждого учебно-тренировочного занятия, за каждый определённый период времени и в конечном счёте.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Данная программа предназначена для детей от 4 до 7 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю (подготовительная и старшая группа – 30 минут, средняя группа – 20 минут) и представляют собой комплекс элементов гимнастики, акробатики, базовой аэробики и танцев. Основные упражнения - прыжки, махи, упражнения на растяжку, равновесие и гибкость, силовые элементы. Ребёнок учится ритмично двигаться, слушать музыку, выполнять несложные танцевальные и акробатические элементы. В конце каждого занятия проводятся упражнения на расслабление организма (релаксация).

При составлении занятия использовались такие критерии отбора элементов:

- доступность
- конкретность для каждого ребёнка
- возможность группового одновременного исполнения
- упражнения, которые не требуют специального оборудования
- упражнения, которые укрепляют позвоночник и способствуют развитию правильной осанки
- упражнения, которые развивают прыгучесть и способствуют формированию свода стопы
- упражнения, на развитие общей выносливости
- акробатические упражнения.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

Сохранение и укрепление здоровья детей стартового периода жизни.

Задачи программы:

- приобщение детей к физической культуре и формирование ЗОЖ.
- физическое развитие детей дошкольного возраста и приобщение их к регулярным занятиям физической культурой;
- сокращение уровня детской заболеваемости.

ПЕРЕЧЕНЬ МЕТОДИЧЕСКОГО МАТЕРИАЛА

1. Козырева О.В. «Лечебная физкультура для дошкольников», 2003 год
2. Рунова М.А. «Движение день за днём», 2007 год
3. Дошкольное воспитание, 1996 год
4. Яковлева Т.С. «Здоровье сберегающие технологии воспитания в детском саду», 2006 год